

2023 米粉料理コンクール入賞者発表

11月16日(木)に2年生が取り組んだ米粉パスタコンクール作品の表彰式を行いました。今年にはパスタ部門が78点、米粉部門が134点の計212点の作品応募があり、米粉パスタや米粉と地域食材を組み合わせたアイデアあふれる作品が多く寄せられました。11月10日(金)に米粉プラスさん、JAめぐみのさん、ぶうめらんさん、関市農林課さん、中部学院大学短期大学部さん、校長先生、家庭クラブ役員に厳正な審査をしていただきましたのでその結果を報告します。



【表彰式】



【審査員のみなさん】



【審査会の様子】



【家庭クラブ会長 お礼のことば】

米粉料理コンクール入賞者作品紹介①

今年度のレシピの特徴は、関高校が商品開発に関わっている「ほらタレ・ほらドレ」を使用した地元農産物のPRレシピ、ジビエ肉に注目した郡上産鹿肉を活用したレシピ、調理の工程や出来上がりの見栄えにこだわった作品、地域農業従事者へ感謝や郷土ふるさとへの思いから伝統食に注目した作品などがありました。入賞作品を紹介します！！

【米粉PLUS賞】

「梨とレモンの冷製パスタ」

2年2組 山本 莉世 さん

(米粉スパゲッティ使用)

喜びの声

今回米粉 PLUS 賞を受賞することができとても嬉しいです。地元の特産品を考えた時に梨が思い浮かび、上手くパスタと組み合わせることが出来ました。一見合わなそうな組み合わせですがレモンも入ってさっぱり食べることが出来ます。



選定理由

レシピに食材との相性や米粉の配合等、研究・工夫がみられ素晴らしかったです。手軽さも良いです。調理し食べてみたいと思いました。

【JAめぐみの賞】

「米粉もちもち ヘルシーぎょうざ」

2年1組 平田 詩織 さん (米粉使用)

喜びの声

この度は JA めぐみの賞という素晴らしい賞をいただき、ありがとうございます。関市の特産品である円空里芋を使用しくて、生地に練り込みました。みんなで作り、みんなで食べる料理の楽しさを知ってほしいです！



選定理由

生地には米粉に加えて中濃地区特産の円空さといもを使っているところが良いです。里芋はジャガイモやサツマイモに比べると食べられる機会が少ない農産物なので食べ方が広がりますね。また、みんなで作ってみんなで食べるという調理や食卓の風景が想像できるところも食の楽しさの一つです。

米粉料理コンクール入賞者作品紹介②

【ぶうめらん賞】

「どうする米粉！米粉ヶ原の戦い！！」

2年3組 山口 涼太 さん（米粉使用）

喜びの声

今回のコンクールで、私自身が賞をいただけるとは思ってもいなかったのですが、嬉しい気持ちでいっぱいです。私は今回の料理を作る際、いつも私たち関高生を見守ってくださる地域の方々への感謝の気持ちが、この料理で少しでも伝わればいいな、と考えながら作っていました。みなさんに、その思いが届いていれば嬉しいです。



選定理由

思い溢れる料理をありがとうございました。今回、地域に出た時にどうかという観点から地域性、話題性、思いの3つの基準から選びました。山口さんの作品は、地域への思いが溢れみんなから愛される料理だと思います。また、ネーミングも話題性があり、メディアのうけも良いかと思います。素敵な作品をありがとうございました。

【セキのうりん賞】

「米粉で作る にんじんシナモンケーキ」

2年6組 森 彩衣奈 さん（米粉使用）

喜びの声

今回「セキのうりん賞」に選定してくださりありがとうございます。このレシピは米粉を使用し、アレルギーを持つ方でも野菜が苦手な方でも、スイーツを楽しんでほしいという思いで考案しました。少しでも多くの方がこのレシピで笑顔になれば嬉しいです。



選定理由

見た目が華やかで食べるだけでなく作る時にも楽しむことができると感じました。1ホールでにんじんが2本も入っている点、小さいお子さんとデコレーションを楽しみながら苦手な野菜を美味しく食べられる！と思います。まねしてアレンジして、作ってみたい！！と思わせてくれる作品でした。

米粉料理コンクール入賞者作品紹介③

【中部学院大学短期大学部 学長賞】
「鮎のお茶漬け風 スープパスタ」
2年6組 渡邊 壮真 さん
(米粉スパゲッティ使用)

喜びの声

僕は今回、米粉パスタに合いそうなものは何か？と連想し、このお茶漬け風スープパスタに辿り着きました。岐阜の特産品の鮎を使用して、美味しい出汁をとりつつ、だしがらも活用しました。ぜひ自分流にアレンジして作ってみてください！



選定理由

米粉パスタを和風に仕上げ、日本人が大好きなお茶漬けテイストを入れたところがよかったと思います。また生の鮎を使わず、日干しの鮎を使ったところが、季節を問わずいつでも作ることができるのでよかったと思います。そして干物は旨味が凝縮されていて味が濃く、スープパスタには合うと思いました。さらに組み合わせる食材がよく考えられており、大葉やすだち、きざみ海苔はぴったりだと思いました。

【FRH賞】
「食欲増進！
鹿っこミンチと郡上みその和風パスタ」
2年1組 唐谷 紗弥 さん
(米粉スパゲッティ使用)

喜びの声

この度はこのような賞を頂けてとても嬉しいです。これを通して、鹿っ子ミンチの存在、美味しさがより多くの人に広まったらいいなと思います。また、米粉だけでなく、他の探究チームの食材と組み合わせた料理も作ってみたいです！



選定理由

地元のジビエの活用、SDGsの視点からもこの食材の活用のアイデアを評価します。活動を通して楽しく、様々な学びを得ている事、スバラシイです！！

米粉料理コンクール入賞者作品介绍④

【関高家庭クラブ賞】

「米粉と野菜のもちもちフォカッチャ」

2年5組 西部 美佑 さん (米粉使用)

喜びの声

作品を選んでいただきありがとうございます。私は、今までは米粉の存在を知っているだけであまり普段の食事には取り入れてこなかったけど、活動を通して手軽に買えたり使えたりすることや健康にいいことを知り、もっと米粉を活用していこうと思いました。ぜひ米粉のフォカッチャも作ってみてください！



選定理由

かわいらしい見た目に惹かれました。混ぜるだけなので調理も簡単で親子で楽しみながら食に触れ学ぶことができるすてきな作品だと思い選びました。

お米をもっと食べよう！

日本で安定してほぼ自給できる唯一の穀物であるお米。しかし、需要は減少、生産量も低下し続けているのを知っていますか？米粉の需要が増えれば、日本の水田が活用されるとともに食料自給率の向上にもつながります。

米粉の特徴 ～ 広がる米の可能性 ～

もちりおいしい食感

米粉で作られたパンや麺類はもちりとしており、日本人が大好きなもちもち食感を楽しめる

低吸油でさっぱりヘルシー

小麦粉よりも油の吸収率が低く天ぷらや唐揚げを米粉で揚げると、サクサク感が長く継続

ノングルテン・グルテンフリー

小麦アレルギーの一因とされるグルテンを含まない「ノングルテン・グルテンフリー食材」として米粉の人気が高まっている

食料自給率アップ

国産米粉パンを一人が1ヶ月3個食べると食料自給率が1%アップ

食料自給率アップのためには、

私たち国民一人ひとりの取り組みが重要です！！

出典：農林水産省HPIほか